Vue et conduite : au volant, la vue c'est la vie

D'après **http://ophtasurf.free.fr/vue/conduite.htm**

Selon l'ASNAV (Association pour l'amélioration de la vue), plus de 90 % des décisions et des gestes nécessaires à la conduite d'une voiture dépendent des yeux de son conducteur. Une bonne acuité visuelle est primordiale pour conduire de jour et surtout de nuit. Il ne s'agit pas seulement de voir, mais de bien voir ; de pouvoir apercevoir à temps la silhouette sombre d'un piéton qui, hors de portée des phares, se détache à peine sur le bord de la route.

Or, les études réalisées depuis 10 ans montrent que 30 % des conducteurs ont un défaut visuel non corrigé ou mal corrigé, que 5 % ont un problème de vision majeur et 2 % une vision en deçà des normes du permis de conduire !

➜ **Un automobiliste sur 3 pourrait mieux voir et l'ignore ; et 1 automobiliste sur 20 voit très mal et l'ignore aussi.**

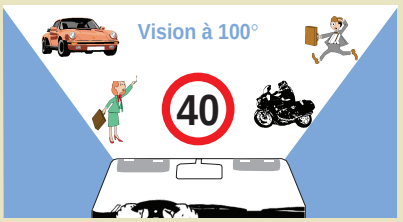
Bien voir consiste, entre autres, en une bonne acuité visuelle, en une bonne sensibilité aux contrastes et en la possession d'un bon champ de vision latéral (au volant, on regarde intensément devant et pourtant c'est sur le côté que peut surgir le véhicule, cause de l'accident).

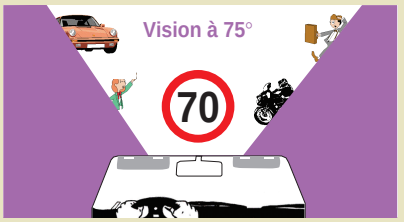
➜ La notion de vitesse n'est pas fournie par les images que le conducteur regarde droit devant lui, mais par celles qu'il ne regarde pas vraiment et qui défilent de chaque côté. La **vision périphérique** nous est aussi indispensable pour conduire que la vision centrale : plus la vitesse augmente, plus la perception visuelle diminue (*v.* figures).

➜ Il serait sage et judicieux d'éviter de conduire la nuit : il se produit en effet **trois fois plus d'accidents mortels** la nuit que le jour. La vitesse excessive liée à une vision altérée explique ces différences.

Dans le crépuscule, lorsque les couleurs ne sont plus discernables, un conducteur, même ayant une acuité visuelle excellente, ressent une légère myopie pouvant aller jusqu'à 1,5 dioptrie la nuit. Cette myopie nocturne dégrade sensiblement la qualité des images perçues par le conducteur et le place ainsi dans une situation délicate où prudence et attention sont de mise.

Ces résultats indiquent que **700 000 conducteurs sont visuellement dangereux** sur les routes en France !





Pour une route plus sûre

● Faites **vérifier votre vue** régulièrement, même si vous n'êtes pas porteur de lunettes. Un homme qui voit mal est un homme qui conduit mal.

● Si vous portez des **lentilles**, n'oubliez pas de conserver dans le vide-poche une paire de lunettes de secours. C'est une obligation qui, non observée, pourrait vous coûter cher en cas de contrôle ou d'accident.

● Si vous portez habituellement des **lunettes correctrices**, ayez toujours une paire de secours dans la boite à gants de votre voiture. Pensez à bien les nettoyer, que leurs verres soient **impeccables** comme d'ailleurs votre pare-brise qui, sale ou rayé, accroche la lumière des phares et augmente ainsi les difficultés de la vision nocturne. Pour des raisons de sécurité, préférez les montures larges ou galbées, à branches fines afin de ne pas obstruer votre vision latérale.

● Protégez-vous des éblouissements avec de bonnes **lunettes de soleil** aux verres d'excellente qualité : la moindre irrégularité dans la masse ou sur la surface du verre, imperceptible à l'œil, est gênante pour le cerveau, décodeur d'images. Il a déjà beaucoup à faire lorsque vous conduisez, ne lui imposez pas un surcroît de fatigue.

● Par temps ensoleillé, l'indice de filtration de vos solaires doit être de 2 ou de 3 ; l'indice 4 étant impropre à la conduite. Vous pouvez opter pour des lunettes de soleil équipées de verres polarisants.

● Dans le **brouillard**, le port de verres jaunes, violets ou orange permet d'accentuer les contrastes et les reliefs.

● Il est fortement interdit de porter des verres teintés pour la conduite de nuit.

Chacun en est convaincu : au volant, la vue c'est la vie. Il est indispensable que chacun apprenne à bien connaître ses aptitudes visuelles et que sa vue soit vérifiée très régulièrement. Faites-la corriger s'il y a lieu ; **il en va de la sécurité de tous.** Et la route sera visiblement plus belle…